ÉCOLE DE DANSE QUATRE TEMPS

COMMUNAUTÉ DE DANSE PROFESSIONELLE

L'ÉCOLE DE DANSE QUATRE TEMPS

La neurologie fonctionnelle pour la danse et le mouvement

Introduction à la neurologie fonctionnelle et à ses principes de base

Communauté de pratique & Ateliers

Modalités de la formation
Durée : 3 heures
Horaire : 9 h30 à 12 h30
Date : 24 novembre 2026
Clientèle : Personnes œuvrant dans les domaines du mouvement et de la danse
Lieu : Centre culturel, 22, rue Sainte-Marie, Rimouski
Personne formatrice : David Manseau

Description générale de l'activité
La neurologie fonctionnelle permet d'expérimenter la relation fondamentale entre l'information sensorielle transmise au cerveau et la réponse motrice qui active les muscles. Une partie de l'atelier présentera les fondements théoriques de la neurologie fonctionnelle et de la sensorimotricité, mais l'essentiel reposera sur la mise en pratique de stimulations tactiles, vestibulaires, proprioceptives et visuelles. Les personnes participantes auront l'occasion de mieux comprendre et de ressentir l'impact potentiel d'exercices simples et de l'approche concrète de la neurologie fonctionnelle sur leur propre corps, leurs mouvements et leur pratique.

Objectifs de la formation
À la fin de la formation, les personnes participantes pourront :

- Comprendre l'importance de l'information sensorielle pour le cerveau;
- Expérimenter l'impact de différentes stimulations sur les réponses musculaires;
- Découvrir certaines de leurs propres lacunes en matière de développement sensoriel;
- Établir un court échauffement neurologique personnalisé;
- Ressentir la connexion avec leur corps dans une perspective de stimulation sensorielle.

Matériel requis

- Vêtements confortables;
- 10 $ en argent comptant pour l'achat, au besoin, d'une balle de stimulation tactile Neurospike.

Matériel fourni
Un document PDF regroupant le contenu de l'atelier ainsi qu'un lien vers une vidéo présentant les exercices abordés seront remis aux personnes participantes.

Biographie de la personne formatrice
David Manseau est coach de mouvement et posturologue. Sa mission est de montrer que le vieillissement peut être une période de progression physique et de plaisir de bouger. Par le développement de la force, de la souplesse et de l'agilité, il accompagne sa clientèle vers une plus grande liberté de mouvement et une meilleure maîtrise de son corps. Il s'est formé en entraînement et en mouvement auprès d'Ido Portal, de Christian Thibaudeau et de Roye Goldschmidt. Il a approfondi sa compréhension du corps humain et du système nerveux auprès de Mat Boulé en neurologie fonctionnelle (CIES-IP) et en posturologie (CIES), ainsi qu'auprès de Marie Mattei dans le domaine des réflexes archaïques (BRMT). Il poursuit aujourd'hui sa formation en acrobatie au sol (« Soft Acrobatics ») auprès d'Aaron Martin, tant dans sa pratique personnelle que dans l'enseignement de cette discipline. Dans le cadre de ses accompagnements privés et de ses ateliers, il transmet une approche qui allie progression physique, conscience corporelle et exploration du mouvement, afin d'aider chaque personne à mieux connaître son corps et à élargir ses possibilités.

Inscription
Plateforme Qidigo
*Choisir communauté danse pro